



Con formato: Fuente: 8 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Izquierda: 1,5 cm, Derecha: 1 cm, Arriba: 1,5 cm, Abajo: 1,27 cm



¡Fuera pañal!

Con formato: Fuente: 8 pto

Con formato: Fuente: 18,5 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: 18,5 pto

Con formato: Fuente: 9,5 pto

Con formato: Centrado, Sangría: Izquierda: -1 cm

Con formato: Fuente: 20,5 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Color de fuente: Automático

Con formato: Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Centrado

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: 8 pto

Con formato: Interlineado: sencillo

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Centrado

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

Con formato: Fuente: 9 pto

Con formato: Fuente: 9 pto



¡Fuera pañal!

Cuando llega el momento de quitar el pañal, nuestra cabeza comienza a llenarse de dudas. No sabemos cómo manejar esta situación y nos preguntamos si, tanto nuestro hijo como nosotros, estamos preparados para llevar a cabo el control de esfínteres.

¡Tranquilos! Todas esas dudas son normales. y con este post lleno Con estos de consejos, intentaremos ayudar para

que salgáis airosos de esa "batalla".

Lo primero que debes tener en cuenta es que cada niño tiene su propio ritmo y debemos respetarlo. De este modo intenta no caer en la tentación de preguntarle a ningún conocido a qué edad quitó el pañal de su hijo, eso solo te creará más confusión. Ten en cuenta que algunos niños están preparados con 2 años, recién cumplidos y otros, pasados los 3, aún no lo han conseguido

¡Ambos casos son completamente normales!

Solo hay que tener paciencia-paciencia. Ty... todo llegará.

Además, llevar a cabo este proceso es decisión únicamente de los niños, ellos son los que nos mandarán las señales necesarias para indicarnos que ya están preparados.

¿Quieres saber cuáles son estás estas señales? Atento A, agguí te las contamos:

- Tu hijo es capaz de reconocer si tiene pis o caca en su pañal.
- Pide sentarse en el orinal.
- Su pañal permanece seco alrededor de dos horas o más.
- Es autónomo para subir y bajar sus pantalones.

Si tu hijo ya ha comenzado a enviarte todas estas señales ¡Enhorabuena! Ha llegado el momento de pasar a la acción.

¿Cómo lo hago?

- Con mucha paciencia y cariño. Ten en cuenta que se trata de un avance muy grande en la vida de tu hijo y puede hacerle sentir inseguro y vulnerable. Por ello debes ir paso a paso, sin prisa. Deja que tu "peque" asimile que algo va a cambiar.

Paso 1. La hora de "las presentaciones".

Enseñale Enseñale a tu hijo el orinal, explicándole para que qué sirve, y animándole a que "lo pruebe". Si quieres que se sienta más seguro puedes contarle algún cuento que hable sobre el tema.

Uno que funciona muy bien se titula "¿Puedo mirar tu pañal?"... [Enlace YouTube, a continuación].

De este modo generarás interés en él y evitarás el miedo a lo desconocido. Permanece con esta rutina durante unos días, intentando que el "peque" se siente en el orinal. Si no se muestra receptivo ¡no le obligues! El miedo poco a poco pasará y, entonces, accederá a usarlo. ¿Puedo mirar tu pañal? - Cuento para niños y bebés - Guido Van Genechten <https://www.youtube.com/watch?v=FZklhw4OqPk>

De este modo despiertas su interés y evitas el miedo a lo desconocido. Permanece con esta rutina durante unos días, intentando que el "peque" se siente en el orinal.

Si no se muestra receptivo ¡no le obligues! El miedo poco a poco pasará y, entonces, accederá a usarlo.

Paso 2. Aprendiendo a controlar mis esfínteres

Una vez que el niño conozca el orinal y se sienta cómodo y seguro allí sentado, podremos dar otro paso más. ¡Enhorabuena! Estáis avanzando mucho.

Ahora necesitamos empezar a controlar el pis/caca. La mejor manera de hacerlo será dejando el pañal puesto.

No tengáis prisa en quitarlo o podréis encontraros con un fuerte retroceso de todo el proceso.

1. Comenzaremos sentando a nuestro hijo en el orinal cada hora y media, intentando mantener el pañal seco durante este tiempo.
  - Si observásemos que está mojado (aunque solo sea un poco) lo cambiaremos por otro nuevo, demostrándole la comodidad de un pañal seco "Que bien se está con este pañal limpio ¿no crees?"
- 2.
3. Si ha conseguido hacer pis o caca en el orinal ¡Es la hora del aplauso! Premiaremos a nuestro hijo verbalmente, con palabras halagadoras "¡Qué bien!" "¡Eres un chico muy mayor!" De lo contrario, si no ha conseguido hacer nada, pondremos un nuevo pañal sin mencionar lo sucedido. Recordad que debemos reforzar lo positivo y no castigar lo negativo. Esperaremos de nuevo una hora y media y realizaremos la misma acción otra vez.

Con formato	... [3]
Con formato	... [4]
Con formato	... [5]
Con formato	... [6]
Con formato	... [7]
Con formato	... [8]
Con formato	... [9]
Con formato	... [10]
Con formato	... [11]
Con formato	... [12]
Con formato	... [13]
Con formato	... [14]
Con formato	... [15]
Con formato	... [16]
Con formato	... [17]
Con formato	... [18]
Con formato	... [19]
Con formato	... [20]
Con formato	... [21]
Con formato	... [22]
Con formato	... [23]
Con formato	... [24]
Con formato	... [25]
Con formato	... [26]
Con formato	... [27]
Con formato	... [28]
Con formato	... [29]
Con formato	... [30]
Con formato	... [31]
Con formato	... [32]
Con formato	... [33]
Con formato	... [34]
Con formato	... [35]
Con formato	... [36]
Con formato	... [37]
Con formato	... [38]
Con formato	... [39]
Con formato	... [40]
Con formato	... [41]
Con formato	... [42]
Con formato	... [43]
Con formato	... [44]
Con formato	... [45]
Con formato	... [46]
Con formato	... [47]
Con formato	... [48]
Con formato	... [49]
Con formato	... [50]
Con formato	... [51]
Con formato	... [52]
Con formato	... [53]
Con formato	... [54]
Con formato	... [1]
Con formato	... [2]

4. Cuando consigamos mantener los pañales secos durante este tiempo ¡Será el momento de aumentar a dos horas! Realizando el mismo proceso que en el paso anterior. Sabemos que es algo cansado, pero es lo más efectivo. Si quitamos el pañal antes de tiempo podemos tener como respuesta un gran retroceso y “tiraremos por tierra” todo el trabajo realizado ¡Mejor no arriesgarse!

### Paso 3. ¡Fuera pañal!

¿Tú hijo ya es capaz de mantenerse seco y limpio por dos horas? ¡Genial!

1. Es la hora de despedirnos del pañal, al menos por el día. Trata de recordarle que no lleva pañal y que debe pedir el pipí/caca para no mancharse.
2. Por la noche aún deberás mantener el pañal durante algún tiempo, aún es pronto para quitarlo. Pónselo antes de ir a la cama y quítalo en cuanto se levante.
3. Cuando observes que lo mantiene seco durante varias noches seguidas será el momento de retirarlo del todo.

- ¡Atención! Es posible que haya fugas “incidentes”, sobre todo de con la caca,
- ¡No te alteres! Piensa que es un momento de mucha presión para tu hijo/a y **qué que** está aprendiendo lo mejor que puede.
- Ten paciencia y recuérdale que debe pedirlo.
- No le regañes ni accedas al chantaje emocional: Frases como “Pensaba que eras un niño mayor” o “Si te haces pis los amigos no querrán jugar contigo”, les harán sentir más presionados y empeorará todo el proceso.
- Anímale, hazle creer en sí mismo y dile que es capaz de conseguir todo lo que se proponga. Piensa que este proceso es muy emocional, su vida está cambiando y necesita apoyo y comprensión.

En caso de estar malito, por ejemplo, con **gastroenteritis** o diarrea, no caigas en el error de poner el pañal. Es mejor cambiar la ropa interior tantas veces como sea necesario antes que retroceder en todo lo logrado. Piensa que el niño **aha** adquirido un nuevo hábito que le ha costado mucho lograr. ¡Y a nadie nos gusta que destrocen los logros que **ct**on tanto esfuerzo hemos alcanzado!

¡Ánimo! Habéis emprendido un largo viaje y seguro que, juntos, llegaréis a buen puerto.

- Con formato: Fuente: 10 pto
- Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 10 pto, Color de fuente: Automático
- Con formato: Fuente: 10 pto
- Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 10 pto, Color de fuente: Automático
- Con formato: Fuente: 10 pto
- Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 10 pto, Color de fuente: Automático
- Con formato: Fuente: 10 pto
- Con formato: Párrafo de lista, Sangría: Izquierda: 1,75 cm, Sangría francesa: 0,5 cm, Con viñetas + Nivel: 1 + Alineación: 0,63 cm + Sangría: 1,27 cm
- Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 10 pto, Color de fuente: Automático

- Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático
- Con formato: Centrado
- Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático
- Con formato: Fuente: 9 pto
- Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 9 pto, Color de fuente: Automático
- Con formato: Derecha
- Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 9 pto
- Con formato: Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 9 pto, Color de fuente: Automático

- Con formato: Fuente: 9 pto
- Con formato: Fuente: 9 pto

**Página 1: [1] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:47:00**

Fuente: 9 pto

**Página 1: [2] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:47:00**

Fuente: 9 pto

**Página 2: [3] Con formato**      **Usuario**      **22/05/2019 8:54:00**

Fuente: 8 pto

**Página 2: [4] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [5] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:35:00**

Interlineado: sencillo

**Página 2: [6] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:37:00**

Fuente: 8 pto

**Página 2: [7] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:29:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Cursiva, Color de fuente: Automático

**Página 2: [8] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:29:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Cursiva

**Página 2: [9] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:29:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Cursiva, Color de fuente: Automático

**Página 2: [10] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:29:00**

Fuente: Cursiva

**Página 2: [11] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:29:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Cursiva, Color de fuente: Automático

**Página 2: [12] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:29:00**

Fuente: Cursiva

**Página 2: [13] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:29:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Cursiva, Color de fuente: Automático

**Página 2: [14] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 10:04:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [15] Con formato**      **Usuario de Windows**      **19/04/2018 13:51:00**

Párrafo de lista, Con viñetas + Nivel: 1 + Alineación: 0,63 cm + Sangría: 1,27 cm

**Página 2: [16] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 10:04:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [17] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:29:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Cursiva, Color de fuente: Automático

**Página 2: [18] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [19] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:51:00**

Párrafo de lista, Interlineado: sencillo, Con viñetas + Nivel: 1 + Alineación: 0,63 cm + Sangría: 1,27 cm

**Página 2: [20] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:51:00**

Fuente:

**Página 2: [21] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [22] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:36:00**

Interlineado: sencillo

**Página 2: [23] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 10:03:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Subrayado, Color de fuente: Automático

**Página 2: [24] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:30:00**

Fuente: Cursiva

**Página 2: [25] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:30:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Cursiva, Subrayado, Color de fuente: Automático

**Página 2: [26] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:30:00**

Fuente: Cursiva

**Página 2: [27] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:30:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Cursiva, Subrayado, Color de fuente: Automático

**Página 2: [28] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [29] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [30] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [31] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [32] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [33] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [34] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:38:00**

Fuente: 8 pto

**Página 2: [35] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [36] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:31:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Cursiva, Color de fuente: Automático

**Página 2: [37] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [38] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:39:00**

Color de fuente: Azul

**Página 2: [39] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [40] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:38:00**

Centrado

**Página 2: [41] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:34:00**

Fuente: Cursiva

**Página 2: [42] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [43] Con formato**                      **Usuario de Windows**                      **19/04/2018 13:38:00**

Fuente: 8 pto

**Página 2: [44] Con formato**                      **Usuario**                      **22/05/2019 8:53:00**

Fuente: 8 pto

**Página 2: [45] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 10:03:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Subrayado, Color de fuente: Automático

**Página 2: [46] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [47] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [48] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 8:51:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 11 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [49] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 13:50:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 10 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [50] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 13:41:00**

Párrafo de lista, Numerado + Nivel: 1 + Estilo de numeración: 1, 2, 3, ... + Iniciar en: 1 +

Alineación: Izquierda + Alineación: 0,63 cm + Sangría: 1,27 cm

**Página 2: [51] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 13:50:00**

Fuente: 10 pto

**Página 2: [52] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 13:50:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 10 pto, Color de fuente: Automático

**Página 2: [53] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 13:50:00**

Fuente: 10 pto

**Página 2: [54] Con formato** **Usuario de Windows** **19/04/2018 13:50:00**

Fuente: (Predeterminada) +Cuerpo (Calibri), 10 pto, Color de fuente: Automático